



SEMINAR 18PE 01



## Persönliche Arbeitstechniken (Zeitmanagement)

**ZIELGRUPPE:** Alle Mitarbeiter

Zeitmanagement ist die Kunst, seine Zeit optimal zu nutzen. Zeitmanagement beschäftigt sich mit den Problemen, die eine hohe Anzahl von Aufgaben, Terminen etc. mit sich bringen, wenn die zur Verfügung stehende Zeit begrenzt ist. Die Techniken lassen sich grob in die fünf Bereiche „Ziele“, „Übersicht“, „Prioritäten“, „Plan“ und „Motivation“ einteilen, wobei die meisten Themen mehreren Bereichen zuzuordnen sind.

**INHALT:**

- **Das IT-Arbeitsrituale und ihre psychologisch- methodische Bewertung**
- **Analyse der persönlichen Stärken und Fallen**
- **Instrumente und Methoden des Zeit- und Selbstmanagements**
- **Zielplanungsprozess - strukturieren, planen, kontrollieren**
- **Prioritätensetzung**
- **Delegieren**
- **Zeitplanungsinstrumente, Zeitmanagement**
- **Transferhilfen für die tägliche Praxis**

**DOZENT:** Herr Joachim Schreiber

**TERMIN:** **10. Januar 2018; 9:00 bis ca. 16:30 Uhr**  
(Anmeldeschluss: 02. Januar 2018)

**ORT:** Verband Spedition und Logistik Nordrhein-Westfalen e.V.  
Engelbertstraße 11, 40233 Düsseldorf

**SEMINARGEBÜHREN:** 355,00 EUR (Mitglieder des VSL Nordrhein-Westfalen e.V.)  
425,00 EUR (Nichtmitglieder)  
inklusive Seminarunterlagen, Pausengetränke, Verpflegung  
*Alle Preise verstehen sich zzgl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer*



## Seminaranmeldung

**Fax: 0211 / 7 38 58 88**  
**Mail: info@logistik-akademie.de**

**L A N Logistik Akademie**  
**Nordrhein-Westfalen**  
**Engelbertstraße 11**  
**40233 Düsseldorf**

Hiermit melden wir verbindlich für folgenden Kurs / folgendes Seminar an:

Titel/ggf. Nummer: **Persönliche Arbeitstechniken – Zeitmanagement (18E 01)**

Termin: **10. Januar 2018**

Ort: **Verband Spedition und Logistik Nordrhein-Westfalen e.V.**  
**Engelbertstraße 11, 40233 Düsseldorf**

Gebühren: **EUR 355,00 für Mitglieder des VSL Nordrhein-Westfalen e.V.,**  
**EUR 425,00 für Nichtmitglieder**  
**(inkl. Seminarunterlagen, Kaffeepausen, Verpflegung und Getränke)**  
**Alle Preise verstehen sich zzgl. der aktuellen gesetzlichen MwSt.**

(Änderungen vorbehalten)

Teilnehmer: \_\_\_\_\_

Funktion: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Telefon / Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

ggf. abweichende Rechnungsanschrift: \_\_\_\_\_

Mit dieser Anmeldung erkennen wir die Teilnahmebedingungen der L A N Logistik Akademie Nordrhein-Westfalen an.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
rechtsverbindliche Unterschrift